



Retour au domicile Soignants et personnel médical

Fiche à destination des salariés

Face à cette épidémie, l'AHI 33 vous accompagne en vous apportant toute l'aide utile pour répondre à vos questions et vous protéger.

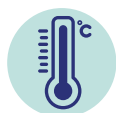
Quelle stratégie adopter ?

Le véhicule



- > Dans l'idéal **ne pas partager le véhicule** avec une autre personne (collègue, famille).
- > **Aérer le véhicule puis nettoyer et désinfecter toutes les surfaces de contact** : poignées de porte, volant, levier de vitesses, frein à main, tableau de bord, ceintures de sécurité, écrans tactiles...
- > Le nettoyage devra être réalisé avec un **produit détergent habituel**, de l'eau et du papier à usage unique, ou avec des lingettes de nettoyage classique.
- > Le véhicule doit être équipé de serviettes à usage unique, de gel hydro-alcoolique et d'une poche poubelle.

Avant sa prise de poste



- > Contrôle de sa température une fois par jour
- > Cheveux attachés, visage dégagé
- > Ongles courts, sans vernis, ni faux ongles
- > Les boucles d'oreilles, les piercings et les chaînes doivent rester discrets
- > Pas de bijoux (y compris alliance) sur les mains et les poignets.

Le domicile



Avant d'entrer dans son domicile :

- > **Jeter** immédiatement dans la poubelle extérieure la poche fermée contenant les masques usagés, surblouse jetable, mouchoirs...
- > **Nettoyer ses mains** avec du gel hydro-alcoolique.

En entrant dans son domicile



- > « J'entre, je ne touche à rien, je reste dans un **espace dédié**, proche de l'entrée » :
 - laisser dans une boîte à l'entrée du domicile chaussures, sac à main,
 - changer la tenue vestimentaire quotidiennement,
 - ne pas secouer les vêtements en se déshabillant et les déposer immédiatement dans une poubelle destinée à cet usage.



Nettoyer, désinfecter, aérer

- > Laver les vêtements dans la machine à laver, au mieux lorsque cela est possible à 60°C.
- > Désinfecter au savon et à l'eau ou avec des lingettes désinfectantes virucides :
 - lunettes, téléphone portable, clé de voiture...
- > Entre chaque phase décrite, procéder au lavage ou à la désinfection des mains.
- > Au mieux, prendre une douche avant d'utiliser les lieux de vie communs.
- > Aérer une fois par jour cet espace.

Conseils si l'on vit avec une personne « fragile » ou « à risque »

- > Ne pas partager les serviettes, verres et couverts et utiliser un lave-vaisselle à 60°C.
- > Désinfecter tous les jours des zones de contact avec un détergent désinfectant.
- > Laver fréquemment le linge de maison.
- > Maintenir une distance physique d'au moins 1 mètre.
- > Se laver les mains régulièrement.
- > Aérer régulièrement l'habitation 15 minutes minimum matin et soir.
- > Dans la mesure du possible :
 - ne pas partager la même chambre,
 - utiliser toilette et salle de bain séparés.

Quelle stratégie adopter ?

On distingue le lavage au savon et à l'eau de la friction hydro-alcoolique (FHA) réalisée avec un produit hydro-alcoolique. La FHA ne peut être réalisée que sur des mains visiblement propres. Donc si les mains sont souillées, poudrées ou humides, le lavage au savon et à l'eau est indispensable.

Afin que le lavage des mains soit optimal il faut enlever ses bijoux (alliance comprise), couper ses ongles courts, et retirer le vernis et les faux ongles.

Les 7 gestes du lavage des mains en 30 secondes



Paume contre paume



Paume sur dos et vice versa, désinfection entre les doigts



Paume contre paumes avec les doigts entrelacés



Doigts en crochets désinfection des doigts



Désinfection des pouces



Pulpe des doigts dans la paume opposée, désinfection des ongles



La tranche des mains et les poignets